اعوذ بالله من الشیطن الرجیم

بسم الله الرحمن الرحیم

جادوی شیاطین (قسمت ۱۸۷)

درمان بیماری (بخش ۲۹)

شجره ملعونه – درخت لعنت شده – شبکه رانده شده

قسمت ۳

قحطی (۱)

وَأَقِيمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ وَلَا تُخْسِرُوا الْمِيزَانَ

چندی پیش در یک جایی پویشی جهت ترویج مصرف نان کامل و سبوس دار برگزار شد. این موضوع خیلی خوب است ولی این پویش وقتی مناسب است

که نانوایی ها هم چنین نانی تحویل مردم بدهند و گرنه وقتی نود درصد نانوایی ها، نان بدون سبوس می پزند، دیگر این پویش بی فایده و غیر قابل اجراست.

خدای رحمان در قرآن بر اندازه نگهداشتن پیمانه ها بسیار تاکید فرموده است. زیرا نظام رحمانی بر اساس نگهداشتن پیمانه ها بنیان نهاده شده است. در سوره الرحمن، خدا می فرماید که:

الرَّحْمَنُ ﴿١﴾ عَلَّمَ الْقُرْآنَ ﴿٢﴾ خَلَقَ الإِنْسَانَ ﴿٣﴾ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ ﴿٤﴾ الشَّمْسُ وَالْقَمَرُ بِحُسْبَانٍ ﴿٥﴾ وَالنَّجْمُ وَالشَّجَرُ يَسْجُدَانِ ﴿٦﴾ وَالسَّمَاءَ رَفَعَهَا وَوَضَعَ الْمِيزَانَ ﴿٧﴾ أَلا تَطْغَوْا فِي الْمِيزَانِ ﴿٨﴾ وَأَقِيمُوا الْوَزْنَ بِالْقِسْطِ وَلا تُخْسِرُوا الْمِيزَانَ ﴿٩﴾

[خدای] رحمان (١) قرآن را یاد داد (٢) انسان را آفرید (٣) به او بیان آموخت (٤) خورشید و ماه بر حسابی [روان]اند (٥) و بوته و درخت چهره‌سایانند (٦) و آسمان را برافراشت و ترازو را گذاشت (٧) تا مبادا از اندازه درگذرید (٨) و وزن را به انصاف برپا دارید و در سنجش مکاهید (٩)

خدا در این آیات می فرماید که تمام موجودات آسمان و زمین در خدمت خدای رحمان هستند و میزانی که خدا تعیین کرده است را در پیش گرفته اند. اما فقط انسان مانده است که این را رعایت کند. به همین خاطر به انسان

می فرماید که از اندازه و میزان در نگذرید و وزن را منصفانه برپا کنید و میزان را ناقص نکنید. اصلا خلقت انسان و موفقیت او در دنیای فانی به رعایت این موضوع گره خورده است. نظام رحمانی بر این موضوع تاکید دارد و آن را بنیاد خلقت انسان و جهان میداند. ترتیب کلمات در سوره الرحمن بیانگر این موضوع است:

خدای رحمان طرحی را برای پالایش انسانها اجرا کرده است ← به همین خاطر قرآن را یاد داد ← انسان را خلق کرد ← بعد بیان را به انسان یاد داد تا موضوعات نظام رحمانی را بیان کند و گسترش دهد ← خورشید و ماه و درخت و تمام موجودات دیگر در خدمت این طرح هستند ← انسان هم باید در خدمت این طرح باشد تا نجات یابد ← به همین خاطر میزان را قرار داد ← در نهایت دستور داد که از این میزان تخطی نکنید و آن را به هم نریزید

خیلی از قحطی ها که در جهان پیش آمده است، چندین دلیل داشته است که هیچکدام را خدای رحمان پیش نیاورده است. بلکه دور زدن نظام رحمانی و بر هم زدن میزان نظام رحمانی چنین مشکلاتی را پیش آورده است.

سیستمهای زیادی در جهان برای بوجود آوردن قسط و عدل بوجود آمدند ولی هیچکدام قادر به اجرای عدالت واقعی نشدند. سیستم کمونیستی یکی از نمونه هاست. روش کمونیستی یعنی روش و قاعده برقراری عدالت و قسط

توسط انسان را بر روش خدای رحمان ترجیح دادن. مردم منشاء و ماخد بی عدالتی ها و کمبودها و نقصهای اجتماعی را اصولی درک نمی کنند و در نتیجه برای حل آن دست به دامان ایدئولوژی های غلط میشوند. این روشهای غلط منجر به اختراع روشهای غلطی میشود که شبیه روشهای کمونیستی است. این روشها یک راه میانبر و ناقص جهت برقراری عدالت بود.

اکنون امکانات بهداشتی خیلی زیادند ولی بیماریها خیلی بیشتر شده است. در حالی که می بایست کمتر میشد! این ثابت میکند که بیماری همیشه به حوزه بهداشت و درمان مربوط نیست و بلکه به مسائل دیگری هم مربوط است. اکنون مدارس و دانشگاهها و امکانات آموزشی خیلی زیاد شده است، ولی کسی اصولی درس نمی خواند و به آن علاقه ای ندارد؛ پس آموزش فقط به امکانات آموزشی مربوط نیست. بیشتر دانشمندان جهان که تحولی در علم بوجود آورده اند، امکانات چندانی نداشته اند.

در نظام رحمانی، معماها خیلی ساده و راحت حل میشوند. بیشتر قحطی ها در طول تاریخ، بخاطر سبک غلط زندگی و راه حلهای غلط اقتصادی بوده است. زمانی مائو رهبر چین طی محاسبات اقتصادی خود نتیجه گرفت که هر گنجشک چهار و نیم کیلو گندم مصرف میکند. او گفت که این مقدار گندم، غذای ۶۰ نفر است. او به مردم خودش دستور داد که تا میتوانند گنجشکها را

بکشند. مردم شروع کردند به گنجشک کشی و حدود یک میلیارد گنجشک در طی بازه زمانی مشخصی کشته شد. حتی بعضی ها در چین این را به یک شغل تبدیل کرده بودند و به ازای لاشه گنجشک جایزه دریافت می کردند. به این طریق اقتصاددانان آن موقع در چین اعلام کردند که چندین میلیارد کیلو گندم صرفه جوئی کرده اند و برای این طرح به خود می بالیدند. اما مدتی نگذشت که اتفاقات عجیبی شروع کرد به اتفاق افتادن. در نبود گنجشکها، حشرات زیاد شدند و تمام محصولات را نابود میکردند و به این طریق صدها برابر ضرر به اقتصاد چین وارد شد. طوری که قحطی بزرگی در چین بوجود آمد و افراد زیادی در اثر آن تلف شدند. نخبگان و اقتصاد دانان چین متوجه اشتباه هولناک خود شدند. آنان جنایت بزرگی را در حق مردم خود و گنجشکها انجام داده بودند. آنان بعدا طی مطالعه متوجه شدند که هر گنجشک، سه چهارم غذایش از حشرات است و فقط یک چهارم غذایش از گندم و دانه های دیگر است. دولت چین بلافاصله دستور داد که کسی دیگر گنجشکها را نکشد و حتی از روسیه چندین هزار گنجشک وارد کردند تا که دوباره تعادل را به محیط زیست خود برگردانند. مردم قحطی آن دوره را نتیجه نفرین گنجشکها می دانستند. اکنون مردم در چین جهت جبران آن ظلم و کشتار، برای گنجشکها احترام قائل میشوند و از آنان مواظب میکنند و به آنان دانه میدهند. در واقع آن چه که مردم آن را نفرین طبیعت می نامند،

بر هم زدن میزان طبیعت است. نظام رحمانی در تعادل و میزان کامل خلق شده است و هیچ درز و خللی در آن وارد نیست. این خود مردم هستند که آن را دستکاری میکنند و در آن صورت از طبیعت ضربه می بینند.

این داستان واقعی به ما ثابت می کند که نباید تعادل و میزان نظام رحمانی را به هم زد و گرنه انسان زندگی را بر خود غیرممکن می کند. خیلی از کشورها از چنین حربه هایی برای کنترل تغذیه مردم استفاده میکنند. آنها می دانند که کنترل تغذیه مساوی است با کنترل یک جامعه.

محاسبات بشر در حیطه اقتصاد، ناقص است و نمیتواند تمامی جوانب آن را بسنجد. کسانی که سبوس را از غلات حذف میکنند، به دلایلی اشاره میکنند (افزایش ضایعات و افزایش هزینه نانوایی و افزایش هزینه پخت و ...)، که قابل پذیرش نیست و شبیه به داستان گنجشک های چین است. در ادامه سوره الرحمان، خدای آفریننده می فرماید:

وَالْأَرْضَ وَضَعَهَا لِلْأَنَامِ ﴿۱۰﴾ فِيهَا فَاكِهَةٌ وَالنَّخْلُ ذَاتُ الْأَكْمَامِ ﴿۱۱﴾
وَالْحَبُّ ذُو الْعَصْفِ وَالرَّيْحَانُ ﴿۱۲﴾ فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ﴿۱۳﴾

و زمین را برای مردم نهاد (۱۰) - در آن میوه [ها] و نخلها با خوشه‌های غلاف دار (۱۱) - و دانه‌های پوست‌دار و گیاهان خوشبوست (۱۲) - پس کدام یك از نعمتهای پروردگارتان را منکرید (۱۳)

در آیه وَالْحَبُّ ذُو الْعَصْفِ (و دانه های پوست دار) **از دانه های پوست دار صحبت می فرماید. همین خودش اهمیت سبوس غلات و دانه ها را ثابت میکند. وقتی آیه می فرماید که الحب ذو العصف؛ یعنی دانه صاحب پوسته. یعنی پوسته جزو دانه است و نباید از آن جدا شود. جدا کردن دانه و پوسته، بر هم زدن میزان است. ذو در عربی یعنی خاصیتی جدانشدنی از یک چیزی. مثلا ذوالقرنین یعنی کسی که صاحب دو خاصیت است. حالا این دو خاصیت میتواند به معانی زیر باشد: کسی که متعلق به دو قرن است- کسی که متعلق به نسل گذشته است ولی نسل جدید را هم درک میکند - کسی که دو نژاده است – کسی که به دو قوم تعلق دارد و ... .**

تمام این مثالها به ما نشان میدهند که ذُو الْعَصْفِ **یعنی دانه ای که صاحب پوسته است. این پوسته همان سبوس و مواد مفید دیگر دانه است که اکنون متاسفانه از آن جدا میشود. این جدا کردن یعنی میزان را به هم زدن.**

خدای رحمان می فرماید که رزق انسانها و تمام موجودات دیگر برعهده خداست. این زمانی ممکن است که انسان از حریم الهی تخطی نکند و دست به روشهای غلط خویش نزند.

۱- پروتوکولها و بسته بندی های خدای رحمان در تغذیه را نباید دستکاری کنید و گرنه شکافهای عمیقی در تغذیه پیش خواهد آمد. زندگی بشر روی زمین بسیار وابسته به روشهای رحمانی است. ناقص کردن مواد غذایی، تاثیر مخربی بر میزان و چرخه غذایی خواهد گذاشت. اگر سبوس گندم و مواد مفید دیگر از آن گرفته شود، در خوردن آن زیاده روی میشود. کربوهیدارت بدون سبوس، سریع الجذب و سریع الهضم و سریع الوصول است. بنابراین در خوردن آن زیاده روی میشود. در این حالت، نان به یک ماده شبیه به خون تبدیل شده است. این مورد مشکلات دنباله دار دیگری با خود می آورد. آرد بدون سبوس، باعث زیاده خوری میشود. اما آرد سبوس دار باعث مصرف متعادل آن خواهد شد.

۲- مردم به مواد خون مانند عادت میکنند و وقتی این مواد کم بیاید، تحمل عدم وجود این مواد را ندارند.

۳- مواد غذایی که برای ما مصرف روزانه دارند، باید سبوس داشته باشند. ماده ای که هر از چند گاهی استفاده میشود، سبوس داشتن یا نداشتنش زیاد مهم نیست. برنجی که ما مصرف می کنیم، سبوسش گرفته شده است و

خوردن روزانه آن مضر است. برنج بدون سبوس نباید به طور روزانه مصرف شود و نباید به قوت روزانه تبدیل شود.

۴- نان بدون سبوس، به علت اینکه کلا کربوهیدارت خالص است، به سرعت قند خون را بالا می برد و بدن ما برای پایین آوردن قند خون، مجبور به ترشح انسولین میشود که همین خودش باعث گرسنگی کاذب و در نتیجه فرد دوباره می خورد و این چرخه کاذب دوباره ادامه می یابد. اما سبوس در غلات باعث میشود که کربو هیدرات و قند به آهستگی جذب بدن شوند و نیازی به ترشح انسولین نخواهد بود و در نتیجه گرسنگی کاذب هم پیش نخواهد آمد.

۵- در حالت استفاده از آرد بدون سبوس، زمینهای قابل کشت گندم باید زیادتر بشود، زیرا با توجه به خاصیت سهل الهضم بودن و سهل الوصول بودن آن، زیاده روی در آن معمول است.

۶- یک نان سبوس دار به اندازه پنج نان بی سبوس ارزشمند است. ظاهرا کالری نان بدون سبوس زیادتر است؛ ولی اگر پارامترهای سرعت جذب، صبر و مدت زمان آزادسازی مواد داخل آن را در نظر بگیریم، نان سبوس دار با پنج نان بدون سبوس برابری میکند. با آنکه انسان مطالعات علمی زیادی در اختیارش است ولی در محاسباتش در مورد کالری و انرژی و تغذیه دارد اشتباه میکند.

۷- مصرف آب برای زمین کشاورزی بالا می رود.

۸- گندم بدون سبوس، مشکلات گوارشی بوجود می آورد. در نتیجه بخش درمان تحت فشار قرار می گیرد.

۹- مصرف کودها و مواد مضر شیمیایی دیگر بیشتر میشود، در نتیجه مردم بیشتر به داروهای شیمیایی وابسته میشوند.

۱۰- و دهها مشکلات ناشناخته دیگر و این سیکل باطل درست میشود و هر روز مشکلات بیشتر میشود.

میتوان هزاران ضرر دومینویی در این مورد ذکر کرد. با رعایت کردن یک دستور خدای متعال در مورد نگهداشتن پیمانه مصرف؛ از صدها ضررات بعدی دور نگه داشته خواهید شد. از آنجا که نان سفید بدون سبوس است، زود جذب بدن میشود و بمرور زمان اثرات متوالی زیر را روی بدن ما می گذارد.

افزایش سریع قند خون ←

ترشح زیاد انسولین ←

افت ناگهانی قند خون ←

احساس گرسنگی زودهنگام ←

پرخوری ←

افزایش وزن ←

مقاومت به انسولین ←

دیابت نوع ۲ ←

بیماری‌های قلبی و عروقی و....

اما مصرف کربوهیدراتهای فیبر دار دومینوی خوبی در بر دارد:

تنظیم قند خون ←

احساس سیری طولانی‌تر ←

کاهش پرخوری ←

کنترل وزن ←

بهبود سلامت گوارش ←

کاهش التهاب ←

افزایش انرژی پایدار ←

بهبود خلق‌وخو و عملکرد ذهنی.

این تاثیرات دومینویی واقعی هستند. برداشتن سبوس گندم، ظاهرا یک خلاف کوچک است؛ اما همین تغییر کوچک در بسته بندی خدای رحمان،

اثرات دومینویی وحشتناکی را روی جامعه می گذارد. طوریکه مصرف گندم یک کشور چند برابر میشود و این در سطح یک کشور، بسیار زیاد است و هدر دادن منابع آب و خاک و ... است.

اما بعضی ها هم ، سبوس را روی چانه های خمیر نان می پاشانند که این روش هم مضرات زیادی دارد. زیرا آرد و سبوس باید با همدیگر باشند و با همدیگر تخمیر شوند و اندازه سبوس باید به همان اندازه ای باشد که در دانه غله وجود دارد (نه کمتر و نه بیشتر). پاشاندن سبوس روی خمیر نان، باعث انتقال بیماریهای قارچی، کمبود آهن و غیره شود. در سوره الرحمان خدا رعایت میزان را به خلقت انسان ارتباط داده است. یعنی ای انسان میزانها را به هم نزن تا مشکلی برایت پیش نیاید.

وقتی مردم مدت طولانی نان فاقد سبوس مصرف کنند، اگرچه ظاهرا سیر می‌شوند و کالری هایی دریافت می‌کنند، اما دچار کمبود ویتامین‌هایی مثل ویتامین‌های گروه B ، مواد معدنی و فیبر می‌شوند. این وضعیت قحطی پنهان نامیده میشود. این قحطی در سایه، ضعف سیستم ایمنی، مشکلات عصبی و بیماری‌های گوارشی و ضعف معنویت را به دنبال دارد. اینها قحطی های به سبک جدید هستند که در عین فراوانی اتفاق می افتد. فرق این نوع قحطی ها با قحطی های زمان قدیم این است که در قحطی های زمان قدیم، مردم لاغر

و نحیف می شدند، اما در قحطی های به سبک جدید، مردم چاق میشوند. در این نوع قحطی ها مردم دچار دیابت، فشار خون، پوکی استخوان و بیماریهای دیگر میشوند که نشان دهنده گرسنگی واقعی سلولهای بدن است. قحطی به سبک قدیم دیگر برای بشر خیلی زیاد پیش نمی آید، زیرا کارخانجات مواد غذایی زیاد شده اند و مواد هر چند بی خاصیت تحویل میدهند، شکم ها پر میشوند ولی سلولها از مواد مورد نیاز خود محروم میشوند. قحطی به سبک جدید اینطوری است و به این صورت پیش خواهد آمد. سلولهای بدن انسان گرسنه می مانند و مواد غذایی مفیدی به آنها نمی رسد. وقتی انسان وارد جزئیات میشود، مفاهیم قحطی هم برای او تغییر معنا میدهند و وارد جزئیات میشود. وقتی انسان در روند طبیعی مواد غذایی دستکاری میکند و آن را ناقص میکند، عملا در محیط سلولهای بدن خود دستکاری میکند. بی نظمی در متابولیسم و سوخت و ساز بدن و تغییر در بافت سلولها بوجود میاید و این مقدمه دیابت و بیماریهای دیگر است.

در قرن نوزدهم میلادی، دستگاه‌های آسیاب صنعتی به زندگی مردم وارد شد. این آسیابها غلات و دانه ها را ناقص میکردند و سبوس را از غلات جدا میکردند. در نتیجه مردم به سمت مصرف گندم و برنج سفید رفتند و برنج قهوه‌ای که دارای ویتامین ب ۱ و مواد مفید دیگر بود را کنار گذاشتند.

دستگاههای آسیاب صنعتی ظاهرا آرد و برنج سفید و زیبایی تحویل میدادند. این تغییر در مواد غذایی باعث شد که مردم دچار کمبود انواع ویتامین ها شوند. بری بری یکی از این بیماریها بود که میلیونها نفر را کشت. اما مردم در آن موقع دلیل بیماری را نمی دانستند و حتی فکر میکردند که این بیماری مسری است. اما این بیماری مسری نبود و ناشی از دستکاری و ناقص کردن ماده غذایی و جدا کردن سبوس از آن بود. اینها ثابت می‌کند که سلامت انسان به کیفیت و تنوع تغذیه و چگونگی استفاده از آن وابسته است. تمام اینها به این علت پیش میاید که مردم مزه و طعم و رنگ را بر خواص تغذیه ای ترجیح میدهند و معنویت را در تغذیه خود از بین می برند. مردم معنویت در تغذیه را به مزه و طعم و رنگ غذا تقلیل داده اند.

دلیل دیگر آن، علم زدگی است. آسیابهای صنعتی کار را راحت میکرد ولی سبوس را از دانه و غلات جدا کرد و مردم بی توجه به این موضوع، گفتند راحت شدیم و رفاه پیدا کردیم! ناقص کردن مواد غذایی یک نوع ناشکری است. زیرا فرآیندی که خدا درست کرده است را ناقص میکند و این برخلاف نظام رحمانی شنا کردن است.

یا در زمان صنعتی شدن، مردم وارد شهرها شدند. مردم در خانه ها و کارخانه ها کار میکردند و نور آفتاب به آنها نمی زد. در نتیجه دچار کمبود ویتامین

دی شدند و استخوانهای نرمی پیدا کردند و مشکلات جدیدی پیدا کردند. این اتفاق بخاطر محروم شدن از نور آفتاب پیش آمد. حتی خیلی از این کمبودها مختص ثروتمندان بوده است و در طبقه آنان پیش می آمده است. ثروتمندان بخاطر رفاه و استایل فانتزی زندگی خویش، نانهای بدون سبوس و برنج بدون سبوس مصرف میکردند و بیشتر به مزه ها و رنگها توجه میکردند و آنها بخاطر عدم آفتاب سوختگی، کمتر زیر آفتاب می رفتند و حتی با چتر زیر آفتاب می رفتند و این باعث کمبودهای زیادی در بدن آنان میشد. با اینکه گرانترین غذاها را در سفره خود داشتند ولی دچار بیماریهای عجیبی می شدند. این ثابت میکند که ثروتمند بودن لزوما به معنای سالم بودن نیست. کشاورزی که همیشه زیر آفتاب است و نان سبوسدار مصرف میکند و از آب چشمه می نوشد، خیلی کمتر دچار بیماری میشود تا ثروتمندی که میلیاردها پول دارد.

در زمانهای قدیم، قندهای سفیدتر و حبه قندهای بزرگتر یک پوز بود و به استایل زندگی مردم تبدیل شده بود. هر کس نان سفیدتر، برنج سفیدتر، قند سفیدتر و حبه قند بزرگتر و ... در خانه جلو مهمان می گذاشت، نشانه جایگاه اجتماعی بهتری بود. بشر اشتباهات جاهلانه ای در سبک زندگی کرده است.

در اینجا یاد سخن طلایی پیامبر ابراهیم می افتیم که گفت:

الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ ﴿٧٨﴾

آن کس که مرا آفریده و همو راهنماییم می کند

وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ ﴿٧٩﴾

و آن کس که او به من خوراك می دهد و سیرابم می گرداند

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴿٨٠﴾

و چون بیمار شوم او مرا درمان می بخشد

وَالَّذِي يُمِيتُنِي ثُمَّ يُحْيِينِ ﴿٨١﴾

و آن کس که مرا می میراند و سپس زنده ام می گرداند

وَالَّذِي أَطْمَعُ أَنْ يَغْفِرَ لِي خَطِيئَتِي يَوْمَ الدِّينِ ﴿٨٢﴾

و آن کس که امید دارم روز پاداش گناهم را بر من ببخشاید

بشر خیلی کوته فکر است و خیلی مانده است که به این سخن پیامبر ابراهیم برسد. خدای رحمان است که نیازهای انسان را برآورده میکند و البته فقط وقتی میسر است که انسان در هر چیزی به هدایت خدا عمل کند و طبق نظام رحمانی زندگی کند. اگر اینکار را نکند، فاصله زیادی بین آنچه که بدن نیاز دارد و آنچه به بدن میخوراند، می افتد و این همان فاصله افتادن بین معنویت و عادات اجتماعی است. وقتی مثل پیامبر ابراهیم معنوی زندگی کنید و یکتاپرست باشید و شکرگزار نعمتهای خدا باشید و نعمتهای خدا را ناقص نکنید، خودبخود فاصله بین آنچه که واقعا به آن نیاز دارید و آنچه که به او میدهید، کم و کمتر میشود و در نهایت به سلامت نسبی خواهید رسید. به همین خاطر ابراهیم خیلی زیبا می گوید: وَالَّذِي هُوَ يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِ

به همین خاطر تغذیه یک امر معنوی است و اگر از حالت معنوی خارج شود، دیگر قادر به کنترل آن نیستیم. وقتی فاصله تغذیه و معنویت زیاد شود، بدن شروع میکند به کارهایی مضر که شاید ما خودمان خبر نداشته باشیم. وقتی پرخوری کنیم، مثلا ماده کلسیم دار زیاد بخوریم، نیاز به منیزیم دارد تا جذب شود و ممکن است منیزیم کافی در بدن نباشد و در نتیجه بدن بدون اجازه

منیزیم را از مغز و ارگانهای دیگر می گیرد و در نتیجه باعث عدم تعادل منیزیم هم میشود. بنابراین زیاده روی در خوردن مثلا کلسیم منجر به قحطی منیزیم میشود و این قحطی باعث ضررات زیادی در بدن میشود. در اینجا متوجه می شویم که عدم جریان معنویت صحیح در روان ما، باعث جریان روال و معنویتی غلط در بدن و کالبد ما میشود. به این طریق متوجه می شویم که اساس زندگی و استایل زندگی ما باید براساس معنویت رحمانی باشد.

قضیه قحطی در مورد معنویت هم مطرح هست. فیلمهای سیصد قسمتی بوجود آمده اند. تمام سیصد قسمت آن معنویت خاصی که ما به آن نیازمندیم را ندارند و به این طریق قحطی معنویت هم پیش آمده است. به همین خاطر قرآن در دوره و زمانه جدید، از طلا بسیار ارزشمندتر است و معنویتهایی جدید به ما میدهد که روان نسل انسان فقط بوسیله روان بنه های قرآنی سیر میشود و لاغیر. مذاهب و ادیان باستانی نمی توانند نسل بشر را اقناع کنند و روان او را سیر کنند. تمام ادیان باید از تعصبات مادرزادی دست کشیده و به فرمایشات قرآن روی آورند.

همیشه در تمام قحطی های تاریخی، گندم نقش اصلی را داشته است. زیرا آرد و مشتقات آن، تنها غذایی است که میتواند گرسنگی را کنترل کند و حس سیری به انسان بدهد. اما اکنون خود گندم به اندازه کافی هست ولی آردش

را ناقص کرده اند و آرد کامل به مردم نمی رسد. قحطی هم همین است. یعنی آرد کامل به دست مردم نمی رسد. گرسنگی و سیری یک امر معنوی هستند. بشر گرسنگی را ناشی از جمعیت زیاد میداند، حال آنکه اکنون ثابت شده است که میل غذایی کنترل نشده باعث این مشکل است. سبوس داخل گندم جفت جدا نشدنی آرد گندم است و همین سبوس باعث ایجاد حس سیری در انسان میشود. در قسمتهای قبل (۱ و ۲) گفته شد که بعضی مواد غذایی باید با جفتهای خود کنترل شوند. گندم یک غذای کامل است که جفتش داخل خودش است. سبوس تکمیل کننده و جفت آرد است.